



Data: 01-07-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Kluski lane na mleku 300g *(1, 3, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Szyńska Delikatesowa Z Kurczaka *(7, 10), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	752,2800 kcal
Białko	33,7490 g
Tłuszcz	19,6710 g
Węglowodany	107,5270 g
w tym NKT	10,6315 g
W tym cukry	7,4350 g
Błonnik	7,0490 g
Sód	663,8700 mg

Data: 01-07-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa z kalarepy 400g *(7, 9, 10), Rolada drobiowo -wieprzowa pieczona z z marchewką 100g *(1, 3, 7, P50), Sos potrawkowy 100g *(1, 3, 7), Ziemniaki młode 200g, Szpinak duszony 150g *(1, 7), Kompot z czarnej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	791,1311 kcal
Białko	42,7288 g
Tłuszcz	31,9574 g
Węglowodany	92,0924 g
w tym NKT	14,2229 g
W tym cukry	11,5230 g
Błonnik	9,9790 g
Sód	218,4380 mg

Data: 01-07-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z sera białego i wędlin 120g *(1, 6, 7, 9, 10, P47), Sałata Zielona 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	615,5550 kcal
Białko	31,7360 g
Tłuszcz	17,3095 g
Węglowodany	80,1128 g
w tym NKT	8,7507 g
W tym cukry	3,4206 g
Błonnik	6,9640 g
Sód	855,6200 mg

Data: 01-07-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Sok Smoothie 250g *(P19, P71, P80)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	205,0000 kcal
Białko	1,6750 g
Tłuszcz	3,0500 g
Węglowodany	30,0000 g
w tym NKT	2,5000 g
W tym cukry	24,2500 g

Data: 02-07-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z budyniu 300g *(7, P47), Bułka Grahamka 50g *(1, 3, 7), Chleb Bałtonowski 20g *(1, 7), Kawiorek 50g *(1, 3, 7), Masło Porcyjne 10 G 10g *(7), Polędwica Z Piersi Kurczaka 50g *(6, 9, 10), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	692,8000 kcal
Białko	29,5290 g
Tłuszcz	17,9770 g
Węglowodany	104,7600 g
w tym NKT	9,8920 g
W tym cukry	8,3850 g
Błonnik	11,8340 g
Sód	896,9000 mg

Data: 02-07-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa krem z zielonych warzyw 300g *(7), Polędwica wieprzowa duszona z jabłkami 80g *(1, P39), Ziemniaki młode 200g, Cukinia z marchwią z oliwą z oliwek, Kompot z truskawek mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	647,6959 kcal
Białko	46,2820 g
Tłuszcz	25,9852 g
Węglowodany	81,3766 g
w tym NKT	5,8699 g
W tym cukry	12,8840 g
Błonnik	13,1910 g
Sód	214,6300 mg

Data: 02-07-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Polędwica Sopocka 50g *(10), Roszponka 20g, Miód 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	628,2500 kcal
Białko	23,6475 g
Tłuszcz	14,4600 g
Węglowodany	97,6500 g
w tym NKT	7,4040 g
W tym cukry	20,2000 g
Błonnik	6,8500 g
Sód	507,9000 mg

Data: 02-07-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Serek Homogenizowany 100G *(7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	119,0000 kcal
Białko	11,8000 g
Tłuszcz	6,0000 g
Węglowodany	4,5000 g
w tym NKT	3,8000 g
W tym cukry	3,6000 g

Data: 03-07-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Owsianka na mleku 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Jajecznicza z zieloną pietruszką 140g *(3, 7), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	959,4050 kcal
Białko	41,6710 g
Tłuszcz	41,0240 g
Węglowodany	105,8700 g
w tym NKT	19,6691 g
W tym cukry	7,5355 g
Błonnik	8,1700 g
Sód	452,3100 mg

Data: 03-07-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa koperkowa z lanym ciastem 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Filet rybny pieczony 120g *(4, 9), Sos grecki 100g *(9), Ziemniaki młode 200g, Banany Mini 70g, Kompot z czerwonej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	672,4299 kcal
Białko	36,3070 g
Tłuszcz	20,6624 g
Węglowodany	94,7482 g
w tym NKT	1,6885 g
W tym cukry	24,5940 g
Błonnik	10,3750 g
Sód	292,0360 mg

Data: 03-07-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Ser biały z zieloną pietruszką 120g *(7, P47), Sałata Lodowa 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	585,0100 kcal
Białko	31,4790 g
Tłuszcz	13,2240 g
Węglowodany	82,3250 g
w tym NKT	7,4141 g
W tym cukry	5,8760 g
Błonnik	6,9220 g
Sód	273,0200 mg

Data: 03-07-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Jogurt Naturalny 150 G *(7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	90,0000 kcal
Białko	6,0000 g
Tłuszcz	3,7500 g
Węglowodany	7,9500 g
w tym NKT	2,5500 g
W tym cukry	7,9500 g

Data: 04-07-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z ryżem 300g *(7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Szyńska Gotowana 50g *(10), Sałata Zielona 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	722,6500 kcal
Białko	34,8490 g
Tłuszcz	18,1470 g
Węglowodany	103,2500 g
w tym NKT	9,9540 g
W tym cukry	7,2350 g
Błonnik	4,9740 g
Sód	547,9000 mg

Data: 04-07-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Krupnik 400g *(1, 7, 9, 10), Filet z kurczaka duszony 110g *(1), Ziemniaki młode 200g, Brokuły z wody 150g, Kompot ze śliwek mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	607,8431 kcal
Białko	40,9798 g
Tłuszcz	14,6652 g
Węglowodany	78,0718 g
w tym NKT	1,2890 g
W tym cukry	8,0640 g
Błonnik	7,8000 g
Sód	80,9800 mg

Data: 04-07-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Kiełbasa Szynkowa 50g *(10), Serek Haga 16,66g *(7), Pomidory 150g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	579,9812 kcal
Białko	20,8128 g
Tłuszcz	16,5516 g
Węglowodany	83,5831 g
w tym NKT	10,4774 g
W tym cukry	2,9997 g
Błonnik	12,8300 g
Sód	861,5660 mg

Data: 04-07-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Mus Owocowo-Warzywny 120 G

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	54,0000 kcal
Białko	0,6000 g
Węglowodany	14,4000 g

Data: 05-07-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z płatkami kuk. 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Szynka Tostowa Z Kurczaka 50g *(1, 6, 9, 10), Jajko gotowane 50g *(3), Sałata Lodowa 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	812,4500 kcal
Białko	37,4240 g
Tłuszcz	25,2520 g
Węglowodany	106,9790 g
w tym NKT	12,0840 g
W tym cukry	7,9450 g
Błonnik	5,4840 g
Sód	698,4000 mg

Data: 05-07-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Rosół z makaronem 400g *(1, 3, 9, 10), Polędwica wieprzowa duszona 80g *(1), Kasza jęczmienna 100g *(1, 7), Marchew oprószana 160g *(1, P50), Kompot

owocowy 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	878,1400 kcal
Białko	49,2760 g
Tłuszcz	31,0060 g
Węglowodany	120,7610 g
w tym NKT	7,4629 g
W tym cukry	10,9340 g
Błonnik	8,2130 g
Sód	365,5800 mg

Data: 05-07-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Kiełbasa Szynkowa Drobiowa *(7, 10), Papryka 150g, Dżem Jednorazowy Niskosłodzony 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	596,7500 kcal
Białko	22,7300 g
Tłuszcz	12,6450 g
Węglowodany	96,5000 g
w tym NKT	6,5540 g
W tym cukry	13,3500 g
Błonnik	9,5300 g
Sód	712,4000 mg

Data: 05-07-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Jogurt Bez Laktozy Dar Pure 250g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	142,5000 kcal
Białko	5,7500 g
Tłuszcz	2,0000 g
Węglowodany	24,5000 g
w tym NKT	1,2500 g
W tym cukry	22,7500 g
Błonnik	2,0000 g

Data: 06-07-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g *(7, P47), Bułka 50g *(1, 3, 7), Chleb Bałtonowski 50g *(1, 7), Graham Pszenny 20g *(1, 7), Masło Porcyjne 10 G 10g *(7), Kurczak Gotowany-Wędlina 50g, Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	765,5000 kcal
Białko	34,1340 g
Tłuszcz	19,6370 g
Węglowodany	112,8600 g
w tym NKT	10,2140 g
W tym cukry	7,9450 g
Błonnik	11,5940 g
Sód	474,6500 mg

Data: 06-07-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa owocowa z makaronem 400g *(1, 3), Filet z indyka duszony z pomidorami 80g *(1), Ziemniaki młode 200g, Sałatka z selera i jabłek z olejem 150g *(9, P39), Kompot z czarnej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	756,2331 kcal
Białko	37,3988 g
Tłuszcz	15,2792 g
Węglowodany	127,5288 g
w tym NKT	0,7056 g
W tym cukry	38,7650 g
Błonnik	15,0620 g
Sód	239,6000 mg

Data: 06-07-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Ser biały z rzodkiewką 120g *(7, P47), Rukola 20g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	625,5400 kcal
Białko	32,2310 g
Tłuszcz	17,2840 g
Węglowodany	84,1270 g
w tym NKT	10,4050 g
W tym cukry	6,4610 g
Błonnik	8,5030 g
Sód	282,9700 mg

Data: 06-07-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Musly Owocowo-Zbożowy 170g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	149,6000 kcal
Białko	2,3800 g
Tłuszcz	0,8500 g
Węglowodany	30,6000 g
w tym NKT	0,1700 g
W tym cukry	20,4000 g
Błonnik	4,5900 g
Sód	0,0170 mg

Data: 07-07-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Owsianka na mleku 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Szynka Chlebową 50g *(1, 7, 8, 9, 10), Papryka 150g, Kakao 250g *(1, 7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	960,1300 kcal
Białko	44,4150 g
Tłuszcz	30,2860 g
Węglowodany	127,6360 g
w tym NKT	15,6120 g
W tym cukry	13,0700 g
Błonnik	11,7470 g
Sód	733,5900 mg

Data: 07-07-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Botwinka 400g *(1, 7, 9, 10), Ser biały z koperkiem 150g *(7, P47), Ziemniaki młode 200g, Sałatka z marchwi i ananasów z olejem 160g *(P16, P39), Kompot z rabarbaru 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	543,1411 kcal
Białko	36,6640 g
Tłuszcz	10,4970 g
Węglowodany	89,8532 g
w tym NKT	3,0143 g
W tym cukry	25,2530 g
Błonnik	15,2590 g
Sód	327,5600 mg

Data: 07-07-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Sałatka z tuńczyka 120g *(3, 4, 9), Ser Twarogowy Topiony Deliser 17,5g *(7), Sałata Zielona 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	714,6350 kcal
Białko	32,7915 g
Tłuszcz	22,9465 g
Węglowodany	88,4500 g
w tym NKT	6,8591 g
W tym cukry	4,4860 g
Błonnik	8,4620 g
Sód	554,8775 mg

Data: 07-07-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Jogurt Naturalny 150 G *(7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	90,0000 kcal
Białko	6,0000 g
Tłuszcz	3,7500 g
Węglowodany	7,9500 g
w tym NKT	2,5500 g
W tym cukry	7,9500 g

Data: 08-07-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z budyniu 300g *(7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Filet Z Indyka (Wędlina) 50g, Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	686,0000 kcal
Białko	30,8690 g
Tłuszcz	17,0870 g
Węglowodany	100,1100 g
w tym NKT	9,7190 g
W tym cukry	8,1350 g
Błonnik	6,5740 g
Sód	599,9000 mg

Data: 08-07-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa selerowa z ziemniakami 400g *(7, 9, 10), Risotto z mięsem i jarzynami 250g *(9), Sos pomidorowy 100g *(1, 7), Nektarynki 150g, Kompot truskawkowo-agrestowy 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	823,2200 kcal
Białko	35,2380 g
Tłuszcz	21,8630 g
Węglowodany	133,7100 g
w tym NKT	8,5932 g
W tym cukry	16,5020 g
Błonnik	14,8090 g
Sód	262,1400 mg

Data: 08-07-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z sera białego i wędlin 120g *(7, 10, P47), Sałata Lodowa 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	594,6700 kcal
Białko	29,6030 g
Tłuszcz	16,0430 g
Węglowodany	79,9000 g
w tym NKT	8,0742 g
W tym cukry	3,3170 g
Błonnik	6,9640 g
Sód	1 135,7400 mg

Data: 08-07-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Sok Smoothie 250g *(P19, P71, P80)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	205,0000 kcal
Białko	1,6750 g
Tłuszcz	3,0500 g
Węglowodany	30,0000 g
w tym NKT	2,5000 g
W tym cukry	24,2500 g

Data: 29-06-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g *(7, P47), Bułka 50g *(1, 3, 7), Chleb Bałtonowski 20g *(1, 7), Kawiorek 50g *(1, 3, 7), Masło Porcyjne 10 G 10g *(7), Filet Parzony Z Indyka 50g *(7), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	779,3000 kcal
Białko	32,1940 g
Tłuszcz	19,9770 g
Węglowodany	117,9600 g
w tym NKT	9,9620 g
W tym cukry	7,2450 g
Błonnik	10,3540 g
Sód	921,6500 mg

Data: 29-06-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa neapolitańska 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Schab duszony 70g *(1), Ziemniaki młode 200g, Sałatka z selera i brzoskwiń z olejem 150g *(9, P23), Kompot z wiśni mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	700,9731 kcal
Białko	39,3612 g
Tłuszcz	25,7244 g
Węglowodany	89,2544 g
w tym NKT	5,2595 g
W tym cukry	19,8528 g
Błonnik	12,1190 g
Sód	229,2000 mg

Data: 29-06-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z sera białego i jaj 120g *(3, 7, P47), Rukola 20g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	621,6700 kcal
Białko	30,3030 g
Tłuszcz	18,4230 g
Węglowodany	81,1700 g
w tym NKT	10,6142 g
W tym cukry	5,9320 g
Błonnik	6,9340 g
Sód	288,6900 mg

Data: 29-06-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Musly Owocowo-Zbożowy 170g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	149,6000 kcal
Białko	2,3800 g
Tłuszcz	0,8500 g
Węglowodany	30,6000 g
w tym NKT	0,1700 g
W tym cukry	20,4000 g
Błonnik	4,5900 g
Sód	0,0170 mg

Data: 30-06-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Owsianka na mleku 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Filet Z Indyka Gotowany 50g *(1, 6, 7, 9), Papryka 150g, Kakao 250g *(1, 7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	925,6300 kcal
Białko	45,9150 g
Tłuszcz	25,8360 g
Węglowodany	127,7360 g
w tym NKT	13,8120 g
W tym cukry	13,0700 g
Błonnik	11,7470 g
Sód	713,5900 mg

Data: 30-06-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa pomidorowa z ryżem 400g *(7, 9, 10), Podudzie z kurczaka pieczone 150g *(1), Ziemniaki młode 200g, Bukiet warzyw 150g, Kompot z rabarbaru 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	1 058,3181 kcal
Białko	74,3228 g
Tłuszcz	35,5072 g
Węglowodany	88,0038 g
w tym NKT	10,7059 g
W tym cukry	23,3345 g
Błonnik	9,0870 g
Sód	252,9100 mg

Data: 30-06-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z tuńczyka i jaj ze szpinakiem 120g *(3, 4), Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G 30g *(7, P47), Sałata Lodowa 25g, Nektarynki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	867,8050 kcal
Białko	37,9965 g
Tłuszcz	33,4540 g
Węglowodany	99,9250 g
w tym NKT	13,6361 g
W tym cukry	3,2260 g
Błonnik	7,4420 g
Sód	557,7450 mg

Data: 30-06-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Jogurt Naturalny 150 G *(7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	90,0000 kcal
Białko	6,0000 g
Tłuszcz	3,7500 g
Węglowodany	7,9500 g
w tym NKT	2,5500 g
W tym cukry	7,9500 g

*** ALERGIE POKARMOWE - legenda:**

1 – Gluten	2 – Skorupiaki	3 - Jaja (jadalne)	4 – Ryba
5 - Orzeszki ziemne	6 - Białko sojowe	7 - Białko mleka krowiego	8 - Orzechy i nasiona
9 – Seler	10 - Musztarda/gorczyca	11 -Nasiona sezamu	12 - Siarczyny i pochodna siarczynowa
13 - Nasiona łubinu	14 - Owoce morza	P15 – Albumina	P16 – Ananas
P17 – Arbuz	P18 – Aspartam	P19 – Banan	P20 - Białko jaja kurzego
P21 – Borówka	P22 – Bób	P23 – Brzoskwinia	P24 – Cebula
P25 – Cynamon	P26 – Cytrynian	P27 – Czekolada	P28 – Czosnek
P29 - Dodatek do żywności	P30 – Dorsz	P31 – Drób	P32 – Figi
P33 - Gałka muszkatołowa	P34 - Glutaminian	P35 – Goździk	P36 – Grzyb
P37 – Homar	P38 – Imbir	P39 – Jabłko	P40 - Kalmar
P41 – Kokos	P42 - Koncentrat białek jaja kurzego	P43 – Krab	P44 – Krewetki
P45 – Kukurydza	P46 - Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego	P47 – Laktoza	P48 – Maliny
P49 – Małże	P50 – Marchew	P51 – Mątwą	P52 - Melon
P53 – Mięso	P54 - Mięso czerwone	P55 – Migdał	P56 – Nabiał
P57 - Nasiona	P58 - Olej rybi	P59 - Olejek migdałowy	P60 – Orzech
P61 - Orzech laskowy	P62 - Orzech nerkowca	P63 - Orzech włoski – orzech	P64 - Orzeszki piniowe
P65 – Ostryga	P66 – Ośmiornica	P67 – Owies	P68 – Owoc
P69 - Owoc cytrusowy	P70 - Owoc kiwi	P71 - Owoc mango	P72 – Papryka
P73 – Pistacja	P74 - Pomarańcza – owoc	P75 – Pomidor	P76 – Pszenica
P77 – Ryż	P78 – Ser	P79 - Skorupiak morski	P80 - Sok jabłkowy
P81 - Truskawka	P82 – Tuńczyk	P83 - Warzywa strączkowe	P84 – Wieprzowina
P85 - Wiśnia	P86 – Zboża	P87 - Ziarna soi	P88 – Ziemniak
P89 - Zioła i przyprawy	P90 – Żyto	P91 - Żywność na bazie mleka ssaków	